

Szent Borbála

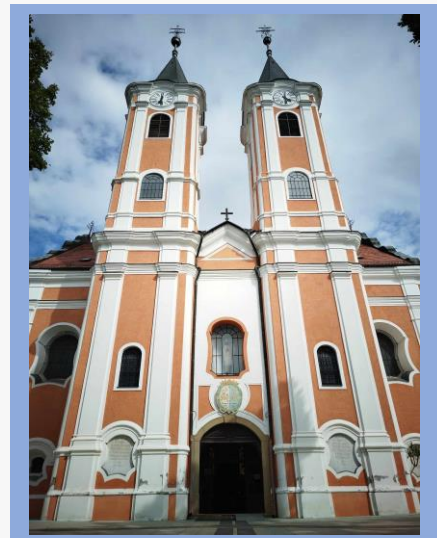
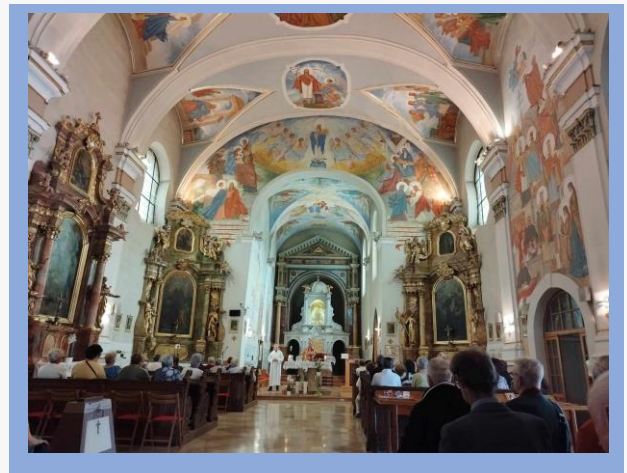
Hírek időseink mindennapjairól

2023 szeptember

Ha szeptember, akkor Máriagyűd.

Ez egy olyan szókapcsolat, ami minden idősnek rögtön eszébe jut. S mivel Időseink legnagyobb része vallásos, így nekik ez nemcsak egy egyszerű kirándulás, hanem lelkük és szívük megpihenése egy csoda helyen.

Természetesen ez nem azt jelenti, hogy csak olyanok tarthatnak velünk, akik ápolják hitüket. Vannak jelentkezők bőven, akik önmagában, szépségéért is csodálni tudják e helyet.



Kirándulásunk során nem csak a már hagyományos szentmisén vettünk részt, de időseinkkel megpihentünk a templom előtt álló gesztenyefák árnyékában is. A bátrabbak meglátogatták a volt komlói plébános Hamzau Relu atya sírját is, ahol egy koszorút helyeztek el emlékül.

És mi az, ami nem maradhat el minden ilyen napon? Az ínycsiklandozó ebédért, finom rétesért, s fenséges borokért ismét a villányi Otto pincészet volt a felelős. A siker nem maradt el. Minden idős dicsérő szavakkal illette az ebédet. Köszönjük fentartónknak, hogy ezt ismét lehetővé tette.

Szent Borbála

Itt van az ősz, itt van újra – és bizony kicsiny klubunkba is megérkezett az őszi dekoráció, az őszhöz kapcsolódó foglalkozások képében. Hónap elején sok-sok különböző foglalkozást tartottunk, amikkel más és más területeket fejlesztettünk vagy épp szinten tartottunk. A hónapot manuális foglalkozással indítottunk, őszi faleveleket festettünk különböző technikákat alkalmazva, nem sokra rá egészségnap keretében a füge jótékony hatásairól beszélgettünk egy kis kóstolással egybekötve, aminek kifejezetten örültek időseink.



Több alkalommal is megtartottuk ellátottaink születésnapját vagy névnapját, amit nagy vigadalommal ünnepeltünk meg. Nem szabad nem megemlíteni a máriagyúdi kirándulásunkat, továbbá a hónap végén egy lecsóparti keretében a gesztenyési telephelyünkre is kiruccantunk. Mindkét esetben elmondható, hogy időseink nagyon szívesen mentek el mindkét kirándulásra, hiszen ezek nagyszerű közösségi események, amikor kortársaikkal együtt tölthetnek el egy kis időt.

Szent Barbála

Szeptember – Őszelő hava

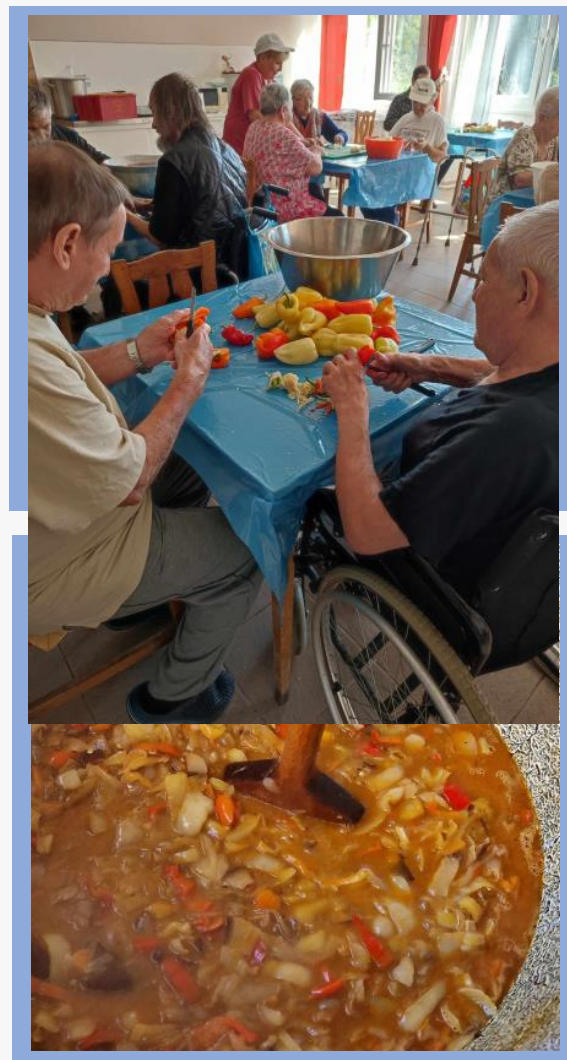
„Itt van az ősz itt van újra,
S szép mint mindig, énnekem.
Tudja Isten, hogy mi okból
Szeretem? de szeretem...

Tartalommal gazdagon telt el ez a hónapunk is. Minden programunkat vártunk és lelkesen készülődtünk rá.

A jó időt kihasználva hosszú órákat töltöttünk a levegőn, hol mozgásterápiát, hol zenehallgatást - nótázással egybekötve tartottunk. De játszottunk, teke bajnokságot, kvízt, sőt híres elődeinkről is hallgattunk előadást.

Egy nagyszerű programunkat is vártuk és végre elérkezett a napja: a Lecsópartinak!

Szorgos kezek nagy összefogásban dolgoztak az előkészületben. Majd másnap korán reggel már rotyogott is az üstben a finom lecsó. A telephelyeink lakói, kollégáink, a vezetőink megtisztelték minket a programon való részvétellel. A talp alá valót: barátunk, Ambach Attila szolgáltatta. Nagyszerű délelőttöt töltöttünk el ismét együtt.



Fenntartóinknak köszönhetően ismét kirándulni is mentünk, Máriagyúdre –Villányba. Izgatottan készülődtünk az utazásra. Az időjárás is kedvező oldalát mutatta meg, így már az úton jó hangulat uralkodott.

A szentmisén lelkünk töltekezhetett, aztán a testünk is megkapta, amit csak kívánt. Villányban az Ottó-pincészetben ismét nagy szeretettel, barátsággal, finom étekkel is itókával vártak ránk. Ettünk, ittunk, jól mulattunk, majd kellemesen fáradtan hazaindultunk. Jövőre is szívesen mennénk ilyen tartalmas, kellemes kirándulásra. Nagyon szép élményben volt részünk!



Szent Borbála

II. számú Telephely, Jó szerencsét utca 32.

A testmozgás a demenciával élőknek számos jótékony hatással bír. Ilyen a fizikai állapot szinten tartása, a figyelemfenntartás gyakorlása, a mozgás és gondolkodás összekötése, és ide tartozik az együttműködés gyakorlása. Legyen szó egy rövid sétáról, táncról vagy ülésben végzett tornagyakorlatokról, a fizikai aktivitás beteg hangulatára és alvására is pozitív hatással van.

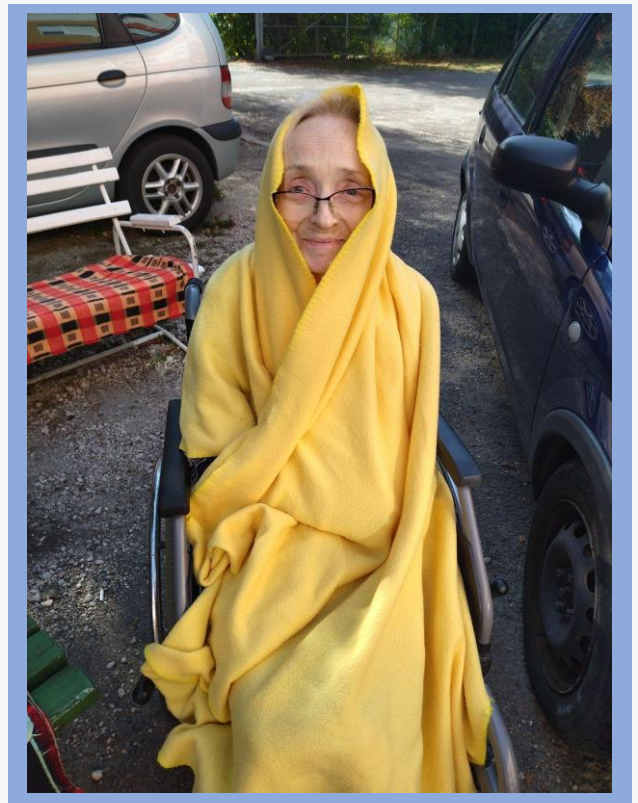


Időseinkkel sok időt töltünk játékkal. A játék öröm, ellazulás vidámság. Ezek a pozitív érzések visszacsempészhetőek a demenciában szenvedő idős emberek mindennapjaiba. Egy kis játékkal sokat tehetünk a betegek életminőségének javításáért. A testet és lelket mindennap aktiválni kell, ettől az idősök boldogabbak és kiegyensúlyozottabbak lesznek.



Szent Borbála

Emberekkel illetve emberek között dolgozni nem mindig egyszerű, könnyű. Mindenkiel előfordul, hogy úgy érzi elege van ,nem bírja tovább. Amikor úgy érzi, gondolja mindenhol jobb, mint ahol most vagyunk. De mindig akad egy -egy olyan pillanat, jól sikerült foglalkozás, mondat vagy egy mosoly ami miatt megrázzuk magunkat és maradunk, ahol vagyunk



Szent Borbála

Testünk legfőbb ellenségei a betegségek.

Szeptemberben folytatódott a betegségeket tárgyaló előadás sorozatunk, melyet lakóink már nagy érdeklődéssel vártak. Az előző alkalmakon megismerkedhettünk az emberi testtel, mely a világ egyik nagy csodája. Megállapítottuk azt a tényt is, hogy bizony ez a test sajnos rendkívül sérülékeny is. Legfőbb ellenségei a különféle betegségek. Megemlítettük a hazánkban is élen járó szív- és érrendszeri megbetegedéseket, valamint a gyomor és emésztő rendszer betegségeit. Ezen az előadáson pedig a tüdönket érintő problémákról tárgyaltunk.



Sajnos lakóink közül is többen szenvednek valamilyen tüdő és légzőszervi probléma miatt. Az előadás során nagy hangsúlyt fektettünk a prevencióra, hogyan lehet elejét venni a tüdőbetegségeknek. Nagyon értékes hozzászólások és javaslatok érkeztek kedves lakóink részéről. Átbeszéltük a leginkább ismert légzőszervi megbetegedések formáit és azok kezelésének lehetőségeit. Izgatottan várjuk az előadás sorozat következő állomását...